行政職のための

十勝圏域災害時歯科保健対策について

令和６年（2024 年）２月

十勝保健医療福祉圏域連携推進会議歯科保健医療専門部会

はじめに

避難所生活が長くなるとむし歯や歯周病、誤嚥性肺炎などの全身疾患まで罹患するリスクが高まる[1)]と言われており、避難所生活で平時の支援が得られない状況下では、口腔衛生の維持を目的とした保健指導、口腔ケア等の歯科保健の介入による感染予防も不可欠です。特に口腔ケアは、米山らの研究[2)]によると介入することで誤嚥性肺炎の発症率が低下したと報告されており、高齢者の災害疾病対策としての肺炎予防にも重要です。そのため、災害時には歯科保健医療支援についても、各関係機関と行政職が連携し、各ライフステージに合わせ支援する必要があります。円滑な歯科保健医療支援につなげるためには平時から相互の情報共有が重要です。本書では、十勝保健医療福祉圏域連携推進会議歯科保健医療専門部会にて行政職が行う歯科保健医療活動についてまとめました。

なお、本冊子は、各自治体や各専門職が作成しているマニュアルやガイドラインを越えるものではないため、その参考資料として取り扱っていただくようお願いします。

1)厚生労働省「被災地での健康を守るために」https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/hoken-sidou/disaster.html
2)Yoneyama T, Yoshida Y, Matsui T, Sasaki H oral care and pneumonia ：Lancet 354(9177),515,1999

目次

歯科保健医療活動の流れ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・4

口腔衛生物品リストの準備 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・8

歯科口腔保健問題の情報収集・情報把握 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・11

１．被災地区の基本情報・被害状況の把握

２．避難所アセスメント

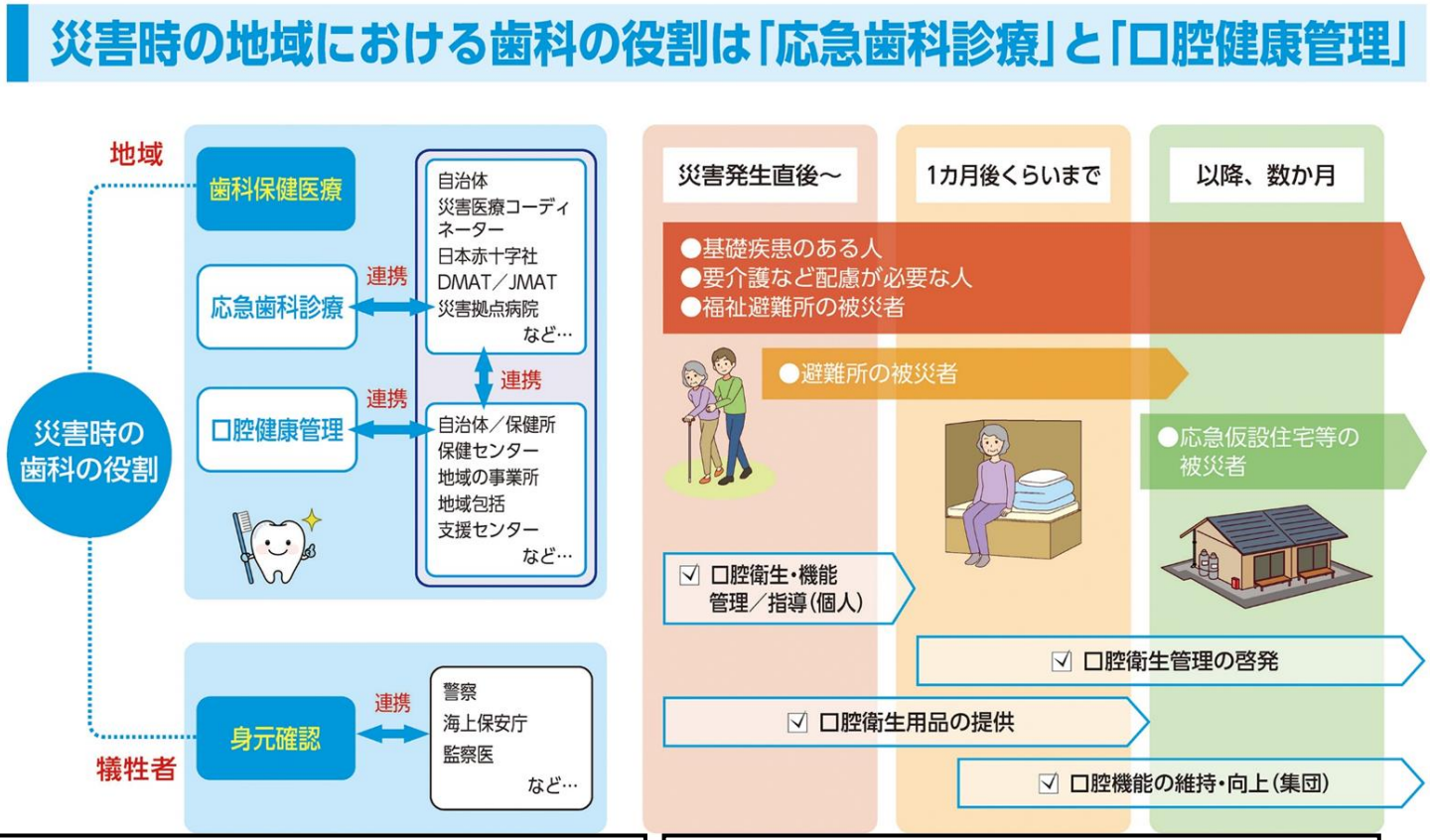
災害時の口腔保健に関する普及啓発 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・20

１．乳幼児～学齢期

２．成人～高齢期

歯科保健医療活動の流れ

災害が発生すると、歯や口唇、口腔粘膜への直接的な外傷だけでなく、避難生活の長期化による偏った食生活やストレス、水の不足などによる口腔清掃不良等、様々な原因でむし歯や歯周病、口内炎等の問題や肺炎などの呼吸器系疾患が生じやすくなります。災害時の地域における歯科の役割は「応急歯科診療」と「口腔健康管理」です。



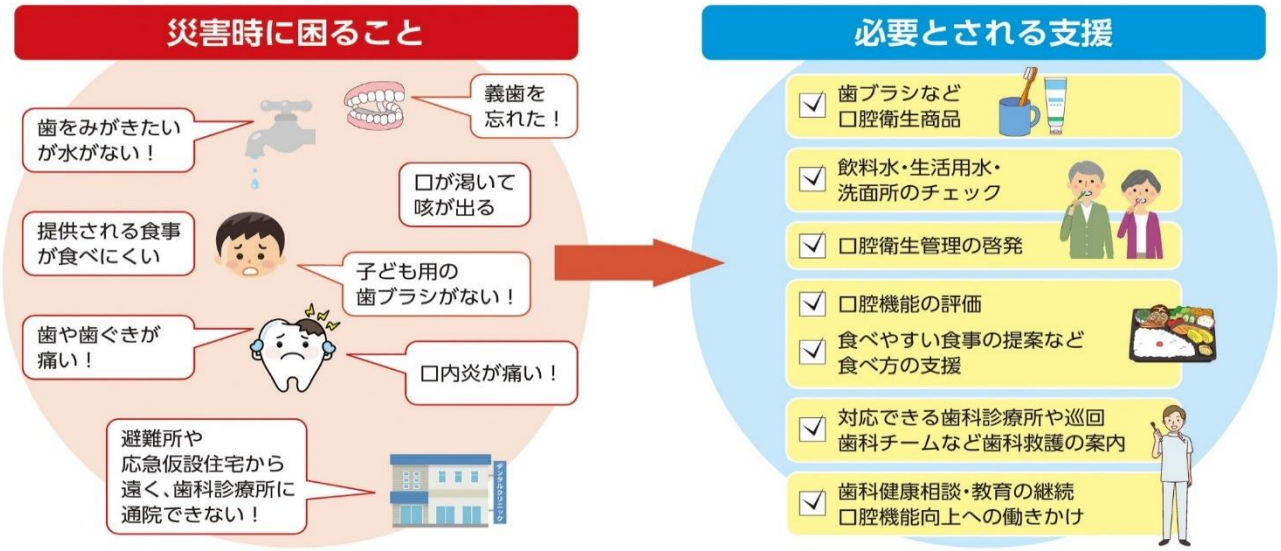
災害時の地域において、歯科は歯科診療提供体制を維持すべく対応にあたるとともに、地域の被災者を含む住民が健康を維持できるための歯科保健活動（口腔健康管理の啓発）を実施する。

○災害発生直後には、特に災害時要配慮者に対する個別の口腔衛生管理や、口腔機能管理の指導が必要とされる。

○被災後の生活の長期化に伴う影響を避けるため、継続した口腔衛生の啓発活動や、口腔機能を向上するプログラムを実施する。

令和４年度　厚生労働行政推進調査事業費補助金研究事業（22IA2006）

災害時の歯科保健医療のチェックポイント



○災害時の避難所等では、うがいに使う水が十分に確保できず、歯ブラシなどや歯みがきする場所も不足する。また、水分摂取が不足しやすく、口腔が乾燥しやすくなる。

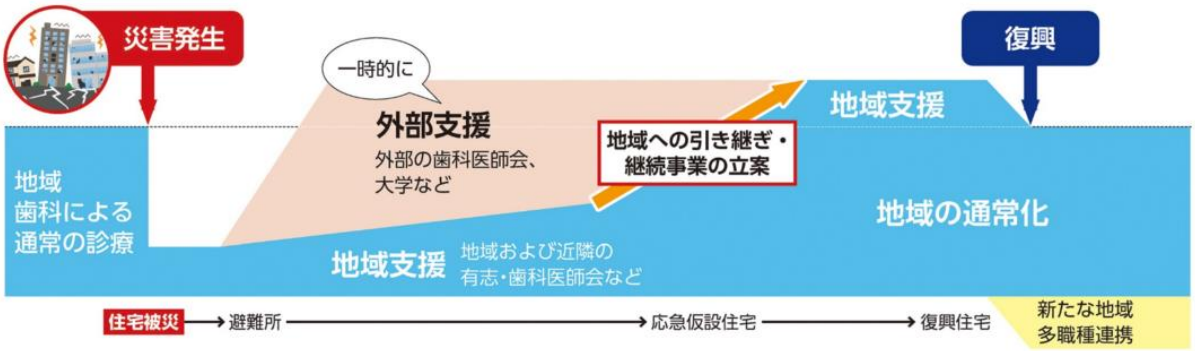
○これらにより、口の中の衛生管理も難しく、歯ぐきの腫れや口内炎ができやすくなり、義歯のトラブルも起きやすくなる。

○歯ブラシやうがいに必要な備品や環境の配備とともに、口腔衛生管理の啓発を行う。

○歯科治療等を要する者に対し、受療調整を行う。

○災害時要配慮者に対し、保健所および保健医療福祉支援チーム等と適切に連携し、体調および栄養の管理を行う。

被災後の時間経過と地域歯科支援の推移



○主に避難所がある時期において、地域の歯科医療提供体制を補い、地域歯科保健活動をサポートするために、被災地域外からの歯科支援チームが派遣される。

○応急仮設住宅への移動とともに避難所が縮小される頃には、地域インフラが暫定的にでも復旧し、歯科診療提供体制が段階的に回復、被災地域外からの歯科支援チーム派遣は終了する。

○生活環境が変化した方々を対象とした歯科保健活動は、地域の歯科保健医療職により継続される。

令和４年度　厚生労働行政推進調査事業費補助金研究事業（22IA2006）

フェーズ別の活動例

市町村、十勝歯科医師会、帯広保健所の活動例について紹介します。

フェーズ0（24時間以内）～フェーズ1(72時間以内)

■　市町村

各市町村は、被害情報の収集・集約を行い、歯科ニーズありと判断されれば、帯広保健所を通じて、北海道に対して救護班の編成派遣を協力要請します。歯科ニーズを把握することが困難な状況であれば、歯科ニーズの状況把握から協力要請を行うことも可能です。また、備蓄されている口腔衛生物品や啓発ポスター等を確認、可能であれば提供します。

■　十勝歯科医師会

十勝歯科医師会は、災害時には緊急連絡網などで、会員への指示伝達を行い、安否確認、診療状況を確認します。診療状況や会員の安否状況等について、必要時には北海道歯科医師会や帯広保健所に情報提供を行います。

■　帯広保健所(0155-27-8638)

帯広保健所は、市町村や歯科医師会等と連携し、状況把握に努めます。市町村の歯科医療救護活動について、必要時には北海道に対し、救護班や口腔衛生物品の支援を協力要請します。北海道は、北海道歯科医師会と締結している「災害時の歯科医療救護活動に関する協定」に基づき、北海道歯科医師会に同様の協力要請を行います。

フェーズ2(概ね4日～2週間)以降

■　市町村

大東ら※)によると震災時には、肺炎の発症率が大幅に増加したとされており、口腔衛生維持のための啓発や、特に高齢者を中心とした呼吸器系疾患の予防のためにも歯科保健指導や口腔ケアの介入が必要です。市町村は、口腔衛生啓発ポスターの掲示や口腔衛生物品の供給を行います。後続で到着する北海道歯科医師会をはじめとする救護班に把握している情報について引き継ぎます。到着した救護班は避難所や施設、在宅等へのアセスメントや巡回診療・口腔ケア等により、被災地域の住民に対応します。

※) Daito H, et. al., Impact of the Tohoku earthquake and tsunami on pneumonia hospitalisations and mortality among adults in northern Miyagi, Japan: a multicentre observational study.:Thorax. Jun;68(6):544-50., 2013

■　十勝歯科医師会

十勝歯科医師会は、歯科診療所のライフラインが復旧し、歯科診療が可能となりましたら、診療を開始します。市町村や北海道歯科医師会と連携し、必要があれば訪問診療や自院での診療に協力します。

■　帯広保健所(0155-27-8638)

帯広保健所は、市町村や各関係機関と連携し、他の保健医療福祉活動チームの報告や既存情報、口腔ケア支援活動の現状、歯科医療機関の診療再開状況等の情報収集・情報共有に努めます。

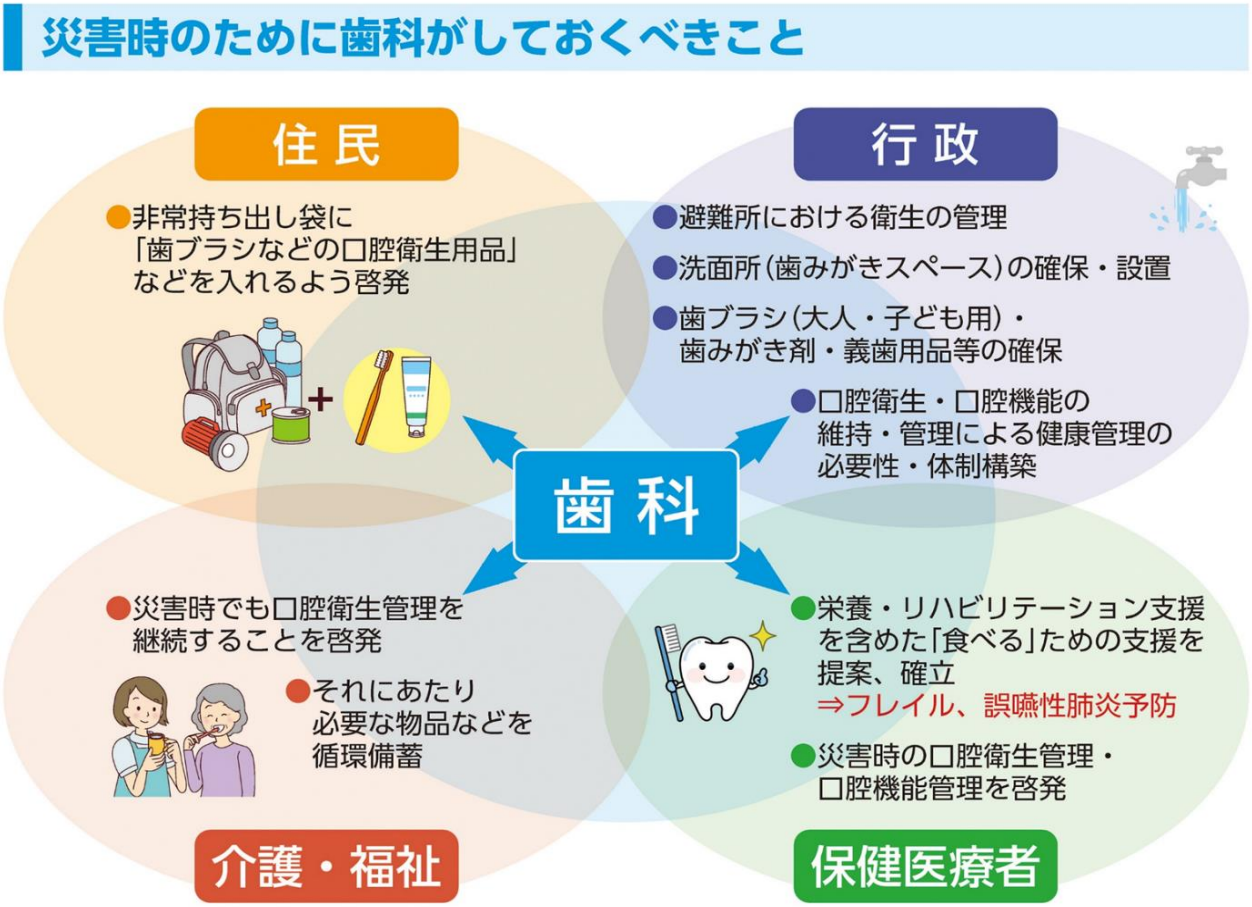
【過去の災害において、道から派遣される救護班は概ねフェーズ2の期間に現地入りしています】

◎有珠山噴火災害【発災から6日後に現地入り】
有珠山噴火：平成12年（2000年）3月31日
派遣状況：4月6日～5月14日の39日間に延べ170人の歯科医師・歯科衛生士が従事
◎胆振東部地震災害【発災から4日後に現地入り】
地震発生：平成30年（2018年）9月6日
派遣状況：9月10日～9月24日の15日間に延べ173人の歯科医師・歯科衛生士が従事

【道内外で実際にあった相談事項】

・歯科関係用品（口腔ケア用品、義歯洗浄剤・義歯ケース等）が欲しい。
・歯ぐきが腫れて痛い。
・義歯の紛失、破損、痛みなどで食べることに困っている。
・人が大勢いるところで義歯を外し、洗うことに抵抗がある。
・甘いお菓子を一日中食べているため、子どもにむし歯ができた。 など
◎有珠山噴火災害では、相談内容の約半数が「歯科関係用品の不足」であり、その多くが「義歯洗浄剤」「義歯ケース」などの義歯関係用品でした。
◎胆振東部地震災害では、「口腔ケア・義歯不適」「治療中の歯のこと」「急性炎症」等の相談がありました。

北海道保健福祉部健康安全局地域保健課．災害時の歯科保健医療活動～道立保健所歯科専門職のための手引き～一部改変



令和４年度　厚生労働行政推進調査事業費補助金研究事業（22IA2006）

口腔衛生物品リストの準備

1　確認・配布

救援物資の到着までは、最低限必要なものを準備してください

ライフステージごとに分別し袋詰めすることで
効率良く配布することができます

非常用口腔ケア物品チェックリスト

乳幼児期

- □ 乳幼児用歯ブラシ
- □ 仕上げ磨き用歯ブラシ
- □ デンタルフロス
- □ シュガーレスタブレット等
- □ 口腔用ウェットシート

ポスター等
P21～22

学齢期

- □ 児童用歯ブラシ
- □ デンタルフロス
- □ 洗口剤（デンタルリンス）
- □ シュガーレスガム・タブレット
- □ 口腔用ウェットシート

ポスター等
P21～22

成人期

- □ 成人用歯ブラシ
- □ デンタルフロス
- □ 歯間ブラシ
- □ 洗口剤（デンタルリンス）
- □ 舌ブラシ

ポスター等
P25～P27

この他、紙コップやティッシュもあると便利です

高齢期

- □ 成人用歯ブラシ
- □ 義歯用ブラシ
- □ 入れ歯洗浄剤
- □ 義歯ケース
- □ 義歯安定剤
- □ 舌ブラシ
- □ スポンジブラシ
- □ 保湿ジェル
- □ 口腔用ウェットシート

ポスター等
P25～P27

➢ 歯ブラシのかたさ

■**ふつう**（M）がおすすめの方：
　歯と歯茎が健康な方、歯肉が下がっていない方
■**やわらかめ**（MS,S）がおすすめの方：
　長時間歯磨きをしたい方、歯肉が下がっている・腫れている方、ブラッシング時に出血がある方

➢ 歯磨き剤（水が不足している時は、乾燥を助長するため使用しない）

■避難生活が長くなる場合、殺菌剤やフッ素の入った歯磨き剤を使うとお口の健康に効果的

➢ 洗口

■殺菌剤の入ったタイプは、水が使えなくてもお口を清潔に保てる
■刺激の少ないノンアルコールタイプは、小さいお子さん等におすすめ

➢ 口腔用ウェットシート

■口腔内または入れ歯全体を手軽に拭くことが出来るので、うがいができない時に便利

➢ デンタルフロス、歯間ブラシ

■柄付きのフロス（Y 字タイプ）は手をあまり汚さずに奥歯に届きやすくおすすめ
■歯間ブラシは使用する部位に合わせた個別のサイズ選びが必要

発災時に不足している口腔ケアに必要な物品は、市町村から**道災害対策本部**を経て、**国**及び**日本歯科医師**へ要望が届き、そこから**日本歯科商工協会**に情報が伝わり、**物品が提供される流れ**となっています

2　避難所生活での口腔清掃の留意点について

参考資料　杉並保健所健康推進課. 知っておきたい！災害時の口腔ケア（実践編）引用・改変

水が不足している時

歯ブラシがない場合

●ペットボトルキャップ１～２杯のお茶やお水を口に含み、全体にいきわたるように数回うがいをします。

●ティッシュ等で歯の汚れを拭き取ることも効果があります。

洗口剤を使ったケア

●洗口剤（デンタルリンス）は水がない時も使用できます。殺菌剤の入ったものを選ぶと、口腔内の細菌の増殖も防ぐこともできます。

※商品により使用方法が異なりますので、パッケージをよく確認してご使用ください。

歯ブラシがある場合

●コップに少量の水を入れ歯ブラシを濡らして歯を磨きます。（歯磨き粉は乾燥を助長するため使用しない）

●歯ブラシについた汚れはその都度ティッシュ等で拭き取り、最後に少量の水でうがいします。

唾液を出すことを意識

●唾液には口腔内の汚れを洗い流す働きがあります。

●避難生活のストレスにより唾液の分泌量が減ると唾液の分泌量が減ると、口腔内が乾燥し細菌の増殖にも繋がります。

●口腔体操や、ガム等よく噛むことでも唾液の分泌を促すことができます。

高齢者や身体が不自由な方

●避難生活でも入れ歯は常に清潔を保つよう心がけましょう

●入れ歯を外したらティッシュ等にくるんでおくと間違えて捨ててしまう恐れがあるので要注意です。

●食事や歯磨きをする時は、誤嚥を防ぐため、横になったままではなく、座るなど少し身体を起こした体制にしましょう。

食事量が少なくなると筋力量も減ってしまい、噛む力・飲み込む力も減ってしまいます

小さな子どもがいるご家庭

●避難生活中は生活リズムが乱れがちになります。ダラダラ食べはむし歯のリスクが高まるので注意しましょう。

●おやつとしてシュガーレスのタブレットやガムを用意しておくと用意しておくと良いでしょう。

幼児、児童生徒がいるご家庭

●避難所で生活している幼児、児童生徒は、支援物資として菓子パンやお菓子、ジュースやイオン飲料などを自由にいつでも飲食できる状況のため、むし歯や歯肉炎のリスクが高まります。ダラダラ食べには要注意です。

●シュガーレスのガムをよく噛むことにより唾液の分泌が促されるため、むし歯予防に効果的です。

●汚れがたまると歯ぐきが腫れてしまうため、可能な限り小学校高学年までは、１日１回仕上げ磨きをすることが理想的です。

●おやつ（間食）セルフチェックシート等を、大人の目が届くための資料としてご活用ください。　※詳細はこのあと

3　帯広保健所の歯科物品在庫一覧　2023.05 現在

分類	在庫	分類	在庫
むし歯予防啓発資料	100	子ども用歯みがき剤	10
知覚過敏説明資料	100	口腔用ウェットティッシュ	11
歯周病予防啓発資料	312	義歯洗浄剤	1
口臭ケア啓発資料	100	義歯ケース	1
栄養管理説明資料	25	歯ブラシキャップ	57
訪問歯科診療チラシ	33	木ベラ	7
オーラルフレイル説明資料	1046	口腔粘膜用ブラシ	54
子ども用歯ブラシ	77	口腔ケア用スポンジブラシ	827
仕上げ磨き用歯ブラシ	112	歯垢染色液（ブラッシング指導用）	95
大人用歯ブラシ	431	開口器	5
タフトブラシ	84	口腔ケア用ジェル	13
義歯用ブラシ	159	咀嚼力判定ガム	140
口腔ケア用歯ブラシ	93	拭き戻し	100
義歯用ブラシ（自助）	3	顎模型（大）	4
舌ブラシ	2	紙トレイ（１００入）	2
歯間ブラシ	194	紙コップ（１００入）	25
デンタルフロス	307		

平時から歯科物品について把握します。有事の際は、確保できている物品、不足する物品について円滑に関係機関と共有し、不足する物品については市町村から支援要請を行います。